

Juntos Aprendiendo Opciones (TLC)

Una intervención de nivel grupal para jóvenes que viven con el VIH

HOJA DE INFORMACIÓN

Descripción general del programa

Juntos Aprendiendo Opciones (TLC, por sus siglas en inglés) es una intervención efectiva que ayuda a los jóvenes que viven con el VIH a identificar las maneras en que pueden aumentar la utilización de servicios de salud, disminuir el comportamiento sexual de riesgo, la utilización de drogas y alcohol, y a mejorar la calidad de vida. El programa enfatiza cómo los factores contextuales influyen en la habilidad para responder efectivamente a situaciones de estrés, a resolver problemas y a actuar efectivamente para alcanzar metas. La implementación de la intervención TLC consiste de la provisión de contenido específico para cada sesión, la determinación de un formato de rutina para todas las sesiones, y en ayudar a los clientes a identificar mecanismos para cambiar el comportamiento para solucionar sus problemas.

Elementos centrales

- Ayudar a los clientes a desarrollar consciencia y a identificar emociones, pensamientos y acciones.
- Enseñar, modelar y practicar las cuatro destrezas o habilidades fundamentales (regulación de emociones, resolución de problemas “SMART”, establecimiento de metas y asertividad).
- Reforzar conductas positivas del cliente mediante el uso de recompensas o señales de aprecio.
- Ayudar al cliente a identificar su “yo” ideal y a motivar y personalizar el cambio de conducta.
- Conducir las sesiones con un alto nivel de participación y mediante grupos pequeños interactivos.

Población objeto

La población objeto de TLC son jóvenes adultos de 13 a 29 años, que viven con el VIH.

Materiales del programa

- El “kit” de comienzo de TLC

- Volumen 1 de TLC: Introducción y visión general
- Lista de cotejos
- Hoja de cálculo de costos
- DVD de mercadeo
- Manual de implementación
 - Volumen 2 de TLC: Manteniéndose saludable
 - Volumen 3 de TLC: Actuando de manera segura

Resultados de la investigación

La implementación de TLC produjo los siguientes resultados:

- Las mujeres jóvenes reportaron un aumento en conductas de estilos de vida positivos y el uso de la acción positiva ante los estilos de afrontamiento.
- Todos los jóvenes reportaron un mayor uso del estilo de apoyo social de afrontamiento.
- Los jóvenes reportaron menos parejas sexuales, incluyendo menos parejas VIH-negativas, y menos conductas de relaciones sexuales sin protección.
- Los jóvenes reportaron una reducción en el uso de alcohol, marihuana y de drogas ilícitas.
- Los jóvenes reportaron una disminución en sentimiento de angustia, síntomas físicos de desasosiego y ansiedad generalizada y basada en el miedo.

Para más información sobre TLC

La capacitación de TLC no se ofrece a través de este portal. Sin embargo, los materiales de TLC pueden ser descargados gratuitamente para ser utilizados por su agencia. Para mayor información puede visitar www.effectiveinterventions.org.

.....

Rotheram-Borus, M.J., Lee, M.B., Murphy, D.A., Futterman, D., Duan, N., Birnbaum, J., Teens Linked to Care Consortium. (2001).
Efficacy of a preventive intervention for youth living with HIV. *American Journal of Public Health*, 91, 400-405.